DOCUMENT RESUME

ED 264 417 CE 043 135

AUTHOR Cudaback, Dorothea; Sagert, Janis
TITLE Employed Mothers: Combining Work and Parenthood = Nguoi Me Giua Hai Trong Trach: Gia Dinh Va Nghe Nghiep.
INSTITUTION Utah State Univ., Logan. Cooperative Extension Service.
PUB DATE [85]
NOTE 12p.; Translated by Tuyet Seethaler.
PUB TYPE Guides - Classroom Use - Materials (For Learner) (051) -- Multilingual/Bilingual Materials (171)
LANGUAGE English; Vietnamese

EDRS PRICE MF01/PC01 Plus Postage.
DESCRIPTORS *Adult Basic Education; Bilingual Instructional Materials; Day Care; *Employed Parents; Females; Home Economics Skills; *Mothers; Parent Education; *Parenting Skills; *Refugees; Vietnamese

ABSTRACT

This bilingual booklet is intended to help female Vietnamese refugees learn to combine the tasks of work and motherhood. Included in the booklet are Vietnamese and English translations of a discussion of the effects of a working mother on her family, suggestions for employed mothers, and guidelines for learning about and selecting from available child care services. (MN)

****
* Reproductions supplied by EDRS are the best that can be made *
* from the original document. *
****

Vietnamese Translation - Employed Mothers: Combining Work and Parenthood

ED264417

NGƯỜI MẸ GIỮA HAI TRỌNG TRÁCH : *gia đình* VÀ *nghề nghiệp*

Written by:

Dorothea Cudaback, D.S.W., Human Relations Specialist, and
Janis Sagert, Program Assistant
University of California Cooperative Extension

U.S. DEPARTMENT OF EDUCATION
NATIONAL INSTITUTE OF EDUCATION
EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)

This document has been reproduced as received from the person or organization originating it.
Minor changes have been made to improve reproduction quality.

• Points of view or opinions stated in this document do not necessarily represent official NIE position or policy.

"PERMISSION TO REPRODUCE THIS MATERIAL HAS BEEN GRANTED BY

T Seethaler

TO THE EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)."

EC043135

Vietnamese translation adapted by
Tuyet Seethaler
Utah State University Extension
Refugee Programs

The Utah Cooperative Extension Service, an equal opportunity employer, provides programs and services to all persons regardless of race, sex, color or national origin.

Issued in furtherance of Cooperative Extension work, Acts of May 9 and June 30, 1914, in cooperation with the U.S. Department of Agriculture. J. Clark Ballard, Vice President and Director, Cooperative Extension Service, Utah State University.

NGƯỜI MẸ GIỮA HAI TRỌNG TRÁCH
Gia Đình Và Nghề Nghiệp

Khi Người Mẹ Phải Đi Làm

Số phụ nữ đi làm mỗi ngày mỗi đông. Tại Mỹ, trên tổng số những người mẹ có con còn đi học, tính ra có hơn phân nửa phải đi làm hằng ngày tám tiếng. Nếu bạn là người đi làm vì thích làm việc hoặc vì cần thêm tiền cho gia đình mà đang thắc mắc không biết làm sao phối hợp hai trọng trách: gia đình và nghề nghiệp, thì đây trong tập sách nhỏ nầy có vài ý kiến được nêu ra, vài địa chỉ của các nơi giữ trẻ có thể giúp bạn một phần nào.

Ảnh Hưởng Việc Làm Của Bạn Đối Với Con Cái

Vì mỗi hoàn cảnh gia đình mỗi khác không ai có thể đo lường được ảnh hưởng của việc đi làm của bạn đối với gia đình riêng của bạn. Tuy nhiên có vài nhận xét chung có thể áp dụng được cho hoàn cảnh của các gia đình mà người nội trợ phải đi làm.

- Người mẹ phải đi làm cả ngày không hẳn có nghĩa là con cái sẽ bị thiệt thòi.
- Theo thông thường, trẻ con được có mẹ ở nhà không khác biệt lắm với những trẻ con có mẹ phải đi làm.
- Sự việc người mẹ đi làm không có gì ảnh hưởng đến sự học hành, sự điều chỉnh cá nhân cho hợp hoàn cảnh xã hội hay tính tình của trẻ con.
- Trẻ con có mẹ đi làm vẫn yêu thương và gắn bó với mẹ mình như các trẻ con có mẹ ở nhà.

EMPLOYED MOTHERS:
COMBINING WORK AND PARENTHOOD

If you are an employed mother - whether by choice or by necessity - you are part of a large and growing number. About half of all American mothers of school-age children are employed fulltime outside the home.

This leaflet was written for mothers who are already employed outside the home and for mothers who are thinking for the first time about going to work. It includes information on the effects of your employment on your family, offers ideas to help you to be a better parent, and presents suggestions for finding good child care services.

THE EFFECT ON THE FAMILY

Because each working mother's situation is unique, it is not possible to predict the effects of your working on your family. There is, however, some general information available on what happens to families when mothers work. Here are some major points which have emerged from the research:

- A mother's fulltime employment is not, by itself, likely to harm her child.
- There are almost no consistent differences between the children of employed mothers and children of mothers who do not work outside the home.
- There is vitually no difference in school achievement and social adjustment between children of working mothers and children of nonworking mothers.
- Children of working mothers have as much personal attachment to their mothers as children of nonworking mothers.

Nói cách khác, sự kiện người mẹ đi làm không ảnh hưởng nhiều đến con cái. Sự kiện quan trọng nhứt là cách thức xử sự của người mẹ và cách đối đải giữa người mẹ và các con. Nhiều bạn đi làm nhưng cứ lo sợ phập phồng cho con cái mình hoặc hay than thân trách phận thì các con cái đều bị ảnh hưởng bởi tâm hồn bất ổn hay lối nhìn bi quan của bạn hơn là bởi sự việc bạn đi làm.

Vì thế cho nên trạng thái tâm hồn của bạn khi đi làm là điểm quan trọng nhứt đối với con cái bạn.

Một Vài Ý Kiến

Xin bạn giữ tâm hồn bình thăn; bạn là người có hai trọng trách: việc nhà và việc sở. Thân bạn không thể xẻ làm đôi, thời giờ không thể co giản được, bạn phải nghĩ rằng có nhiều việc bạn phải bỏ qua bên. Bạn đừng tự trói buộc mình; nếu làm không xuể việc thì hãy bỏ bớt việc. Đừng mong làm tròn tất cả các bổn phận, bạn hãy nghĩ tới những việc không cần thiết lắm, như làm các món ăn tỉ mỉ và thật ngon, hay chùi bóng nhà mỗi tuần, và mạnh dạn gạch bỏ các việc ấy. Con cái phải ra tay giúp bạn nếu có thể được.

Bạn hãy lo cho bản thân. Bạn là người có hai công việc, bạn cần phải nghỉ ngơi, nếu bạn thấy công việc quá ư dồn dập, xin bạn hãy dừng chân, tìm một nơi yên tĩnh, trong phòng bạn, để đọc sách hoặc nghe nhạc, hoặc nằm nghỉ. Bạn có hai nghĩa vụ quan trọng, bạn phải nuôi dưỡng tâm hồn bạn. Đấy không phải là ích kỷ mà là bảo vệ hạnh phúc và không khí gia đình của bạn. Gia đình bạn cần một người mẹ vui tươi và bình thản dù phải ăn những món ăn giản dị một tí.

In other words, the fact that you work does not in itself have consequences for your child. What is important is what you are like when you are with your child. The worry and guilt felt by many working mothers may in itself cause problems if it interferes with or makes less mutually enjoyable the time mothers and their children spend together.

SOME SUGGESTIONS FOR EMPLOYED MOTHERS

Choose what is most important. You are managing two jobs, you will not be able to do everything. Do not increase your stress by worrying or feeling guilty about things you cannot do. Attending to your own and your family's wellbeing will be high on your list; regularly scrubbed floors and elaborately cooked meals may not make the list at all. Accept your limitations and help your family to accept them.

Take care of yourself. Your own sense of wellbeing is important. When you are frazzled, go to a quiet part of the house to read, to listen to music, or to just relax.

Schedule a regular night a week all for yourself. If you are the last priority, you will wear down quickly. It is important to your family that you feel well.

Bạn tự sắp đặt mỗi tuần có một buổi chiều dành riêng cho bạn. Bạn không nên hy sinh quá mức cho gia đình dù rằng hy sinh đó có vẻ cao cả, thật ra hy sinh quá nhiều không những có hại cho bạn mà còn tổn thương cho đời sống gia đình nữa. Con trẻ cần có một người mẹ vui tươi. Bạn nên nói cho con bạn biết về nghề nghiệp của bạn, bạn có thể lâu lâu dẫn con vô sở, cho trẻ chia xẻ bầu không khí trong sở. Tại sở, bạn nên để một ngăn kéo nhỏ cho các con bạn khi chúng nó đến viếng sở, bạn để cây kéo, vài cây viết chì màu, bằng và phấn, giấy tô màu chẳng hạn.

Nếu con bạn có thể giúp bạn một tay trong việc làm ở sở, như là tiếp bạn ra phố mua đồ hoặc dự phiên họp với bạn thì đó là những cơ hội mà con bạn có thể gần gủi và thông cảm bạn.

Vài Nơi Giữ Trẻ

Nếu bạn có con còn nhỏ, bạn cần phải có nơi giữ trẻ để gởi con. Điều thứ nhứt, bạn nên liên lạc với các hội bảo trợ người tỵ nạn như United States Catholic Charities (USCC), American Fund for Czechoslovakian Refugees (AFCR) hay Tolstoy Foundation (T.F.) V.V.., hoặc các cơ quan phục vụ Tình Nguyện. Bạn cũng nên hỏi thăm các phụ huynh khác trong tình trạng của bạn để thử xem các người nầy đã giải quyết vấn đề họ bằng cách nào. Bạn hãy đến các cơ quan Xã hội địa phương xin gặp người cán sự xã hội (Social Worker) để xin danh sách của những nhà giữ trẻ trong vùng bạn trú ngụ. Bạn đừng vội đi các nhà giữ trẻ nầy, bạn nên điện thoại trước để hỏi thăm trước rồi hãy đi đến sau. Bạn có thể hỏi các nơi giử trẻ xem người ta còn chỗ trống lúc nào sẽ nhận trẻ thêm hay không, nếu có thì giá tiền

Talk to your child about your job. Invite him to visit you at work, and help him to get to know your coworkers.

Have a special drawer or cabinet at work in which you keep a few toys, books or snacks for your child's visiting times. Place a little piece of your child's world - a drawing, a picture, an arithmetic paper - in your workplace. Perhaps most important, look for ways your child can help you in your job. Maybe he can run errands, help on projects, or attend meetings with you.

CHILD CARE SERVICES

Ask around. Check with your Voluntary Agency, the Resettlement Centers. Seek advice from social workers and parents with children in child care programs. Request and review lists of child care centers and family care homes. Simple - and often crucial - questions can be answered by a phone call to the child care center you are considering or the administrative or licensing agency.

là bao nhiêu, và có chỗ trẻ ăn trưa hay không.

Nhiều nơi giữ trẻ có danh sách chờ đợi rất dài bạn nên hỏi thăm sớm, nhưng cũng có khi bạn xin là có chỗ ngay. Khi nào bạn quyết định đi làm rồi, thì bạn nên cho con bạn biết ý định đó nếu con bạn đã biết nói. Bạn đi với con thăm nơi giữ trẻ mà bạn ưng ý nhứt, khi bạn viếng các nha giữ trẻ bạn nên nhìn xem các nhà nầy có an toàn cho trẻ con không, (trong nhà và ngoài vườn), các thức ăn có hợp vệ sinh và dinh dưỡng không, có đủ người lớn để giữ trẻ hay không và những người nầy có kinh nghiệm không. Bạn nên hỏi cặn kẽ về cách thức trả tiền, về giờ giấc đưa rước trẻ, về thể lệ lo cho trẻ trong lúc cấp cứu, về những ngày nghỉ lễ v.v..

Bạn nên quan sát nhân viên nhà giữ trẻ; những người nầy có lo cho trẻ hay không, trẻ con tự do nô đùa hay sợ sệt hay khóc la, bầu không khí có cởi mở hay ngột ngạt?

Bạn cũng nên hỏi thăm các cha mẹ có gởi con tại các trung tâm giữ trẻ nầy, phụ huynh có hài lòng hay không? Trẻ con có thích thú hay không?

Tuy nhiên trên thực tế không thể nào nhà giữ trẻ lại đầy đủ giống như nhà riêng được. Các trẻ em cũng phải tập sống và thích nghi trong hoàn cảnh khác biệt.

Nếu bạn muốn cho con mình tiếp tục nói tiếng Việt trong nhà giữ trẻ, thì đây là một đề nghị nếu bạn có biết một người Việt nào bạn ưng ý, là người đức độ, có

Start early. For some programs the waiting lists are so long that parents have to wait a year; for others there is no waiting list.

This is a good time to explain your plans to your child. Even young children can understand. Listen to what your child wants. Once you have narrowed your choices take your child with you to see the center and to spend some time watching and taking part in the program.

Visit the program. During the visit find out whether the center is safe indoors and out (look around), the food nutritious (read the menu), the children well supervised (ask about the number of adult caretakers), the staff qualified (ask about the staff education, experience, credentials). Ask practical questions: cost of care, billing procedures, arrangements for parents who are late picking up their children, means of handling children's illnesses and accidents, and the holiday schedule.

Observe the staff. Can you talk easily and openly to the people who work in the child care program? Does the director welcome your inquiries, encourage your visits, and make you and your child feel at ease?

Visit when parents are coming and going. How do children and parents react to the staff and the center? Observe the program in action. Do staff and children seem to enjoy each other and their activities? Do they treat each other as individuals? Do they show acceptance and love? Do staff members seem to want to help the children learn and grow?

Be realistic. Do not expect more of a day care program than is reasonable. Day care offers experiences and opportunities not availabe at home. Out-of-home day care should complement, not duplicate, your family life. Children can thrive in many different, good environments. Your home is one; the out-of-home care you select should be another.

If you want your child to be cared for by people who speak the same language as you, it is possible to create a new child care center for Vietnamese children. If you know somebody who is interested in providing child care services, who has good physical and mental health and sound moral charater, and who has a home safe and large enough, you and other Vietnamese working mothers can suggest that she get her home licensed. She can provide full or partial day care services for six to ten children in her home. With a license, she acquires an in-home job and provides a valuable service to mothers in the Vietnamese community. there are 1,500 licensed family care homes in Utah.

đủ sức khỏe, có nhà tương đối rộng,bạn có thể đề nghị nhờ người ấy đứng ra mở nhà giữ trẻ cho trẻ Việt Nam. Muốn mở nhà giữ trẻ, thì phải liên lạc với Bộ Xã Hội (Welfare) để xin giấy phép, việc xin giấy phép cũng tương đối dễ và có nhiều người Việt đã đứng ra làm. Tính ra cả Việt lẫn Mỹ trên đất Utah nầy có hơn 1,500 nhà có giấy phép giữ trẻ, người đứng ra mở nhà giữ trẻ lại có thể vừa giúp các bà mẹ khác vừa có một nghề trong tay.

Ngoài những nhà giữ trẻ nầy ra bạn cũng có thể hỏi thăm cơ quan xã hội vùng bạn ở về các trung tâm giữ trẻ khác, như là các Trung Tâm giữ trẻ của tiểu bang Utah, các trung tâm của các trường vùng, các vườn trẻ cũng do các trường vùng, và các trung tâm giữ trẻ của đại học đường.

Xin chào Bạn và chúc bạn thành công!

Besides licensed day care homes, there are:

- Infant centers operated by the State of Utah.
- Cooperative nursery schools operated by school districts.
- Children's day care centers operated by school districts.
- Campus children's centers operated by postsecondary schools for students' children.